**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении Дня здоровья в МОУ сош №1 г. Наволоки**

1 Цели и задачи

1.1. День здоровья проводится с целью пропаганды среди учащихся школы

здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и

спорту.

1.2. Задачи:

- привлечение учащихся школы к занятиям спортом;

- выявление лучших спортсменов школы, привлечение их к участию в

районных соревнованиях;

- пропаганда различных видов спорта;

- повышение сопротивляемости организма детей и подростков к различным

заболеваниям, работоспособности школьников, продуктивности их

обучения.

-развитие сплоченности классного коллектива, дружбы и взаимовыручки.

2 Порядок организации и проведения

2.1. Организация проведения соревнований возлагается на учителей

физической культуры, классных руководителей и учеников 11 класса.

- программа и форма проведения Дня здоровья разрабатывается учителями

физической культуры.

- классные руководители доводят программу Дня здоровья до

сведения учащихся не позднее одной недели до его проведения.

2.2. Содержание Дня здоровья

Программа Дня Здоровья состоит из 4 конкурсов:

1. **Веселая эстафета** (участвует весь класс)

*1 этап* Бег с препятствиями 1чел.

*2 этап* Саночные бега 2чел. (один везет другого)

*3 этап* Перевези плюшевого пассажира 2 чел.

*4 этап* Хоккей 1чел. (обвести клюшкой мяч вокруг конусов и забить его в ворота)

*5 этап* Разложи мячики по ведрам 1 чел. ( на каждом ведре указано количество мячиков)

*6 этап* Боулинг 1 чел. (Сбить валенком кегли)

*7 этап* Донеси канат (все остальные берут канат одновременно и несут его до 8 этапа)

*8 этап* Отгадай загадку (все)

**В самом начале эстафеты 1 участник достает из мешка геометрическую фигуру определенного цвета (на ней будет написана загадка). Цвет и название фигуры необходимо передать поэтапно и назвать ее на 8 этапе судье. Победитель определяется по лучшему времени. За каждую сбитую кеглю на 6 этапе и попадание мячика в ворота на 4 этапе вычитается по 5 секунд. За допущенные ошибки на этапах прибавляется по 5 секунд, за неспортивное поведение, нецензурные выражения и грубость прибавляется по 10-15 секунд.**

1. **«Варежка – снайпер» (**участвует 10 или 20 человек)

Все участники по сигналу судьи должны сбить варежкой ведра разной величины ( дважды). Учитывается количество сбитых мишеней.

1. **Попробуй, попади** (участвует 10 человек)

Необходимо по очереди забросить в корзинку по одному из предложенных предметов. Учитывается количество предметов в корзине.

1. **Царь Горы** (участвует 10 человек)

На разной высоте горы воткнуты флажки. Каждый участник по очереди залезает на горку и убирает один флажок, передает эстафету следующему. Победитель определяется по лучшему времени.

**Классным руководителям проинструктировать детей о правилах поведения, технике безопасности и форме одежды по погоде. Всем ученикам иметь спортивную форму и варежки. Классным руководителям необходимо заранее расставить детей на этапы эстафеты. Каждому классу иметь санки.**

2.3. В состав судейской команды входят учителя физической культуры,

учителя школы, учащиеся 11 класса.

2.4. Дата срока проведения Дня здоровья определяется планом работы

школы и приказом директора школы 21 марта.

3 Время и место проведения

3.1. Спортивные соревнования, организуемые в рамках программы Дня

здоровья, проводятся вокруг школы по ул. Отдыха и ул. Спортивная, на спортивной площадке в школьном саду.

3.2. На время проведения Дня здоровья учащиеся освобождаются от учебных занятий.

3.3. Спортивные соревнования в рамках программы Дня здоровья

начинаются в 9 часов. Общая продолжительность соревнований – до 4-х часов.

**Расписание Дня Здоровья**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 9.00-10.00 | 8а | Эстафета | Варежка - снайпер | Попробуй, попади | Царь горы |
| 9.00-10.00 | 8б | Варежка - снайпер | Попробуй, попади | Царь горы | Эстафета |
| 9.00-10.00 | 9а | Попробуй, попади | Царь горы | Эстафета | Варежка - снайпер |
| 9.00-10.00 | 9б | Царь горы | Эстафета | Варежка - снайпер | Попробуй, попади |
| 10.00-11.00 | 6а | Эстафета | Варежка - снайпер | Попробуй, попади | Царь горы |
| 10.00-11.00 | 6б | Варежка - снайпер | Попробуй, попади | Царь горы | Эстафета |
| 10.00-11.00 | 7а | Попробуй, попади | Царь горы | Эстафета | Варежка - снайпер |
| 10.00-11.00 | 7б | Царь горы | Эстафета | Варежка - снайпер | Попробуй, попади |
| 11.00-12.00 | 2а | Эстафета | Варежка - снайпер | Попробуй, попади | Царь горы |
| 11.00-12.00 | 3а | Варежка - снайпер | Попробуй, попади | Царь горы | Эстафета |
| 11.00-12.00 | 3б | Попробуй, попади | Царь горы | Эстафета | Варежка - снайпер |
| 11.00-12.00 | 4а | Царь горы | Эстафета | Варежка - снайпер | Попробуй, попади |
| 12.00-13.00 | 5а | Эстафета | Варежка - снайпер | Попробуй, попади | Царь горы |
| 12.00-13.00 | 5б | Варежка - снайпер | Попробуй, попади | Царь горы | Эстафета |
| 12.00-13.00 | 5в | Попробуй, попади | Царь горы | Эстафета | Варежка - снайпер |
| 12.00-13.00 | 10 | Царь горы | Эстафета | Варежка - снайпер | Попробуй, попади |

4 Участники

4.1. К участию в мероприятиях в рамках программы Дня здоровья

привлекаются все учащиеся 2 – 10 классов школы.

4.2. В спортивных соревнованиях принимают участие учащиеся, не

имеющие медицинских противопоказаний на момент проведения Дня

здоровья.

4.3. Освобожденные учащиеся присутствуют на всех мероприятиях Дня

здоровья и выступают в качестве зрителей, болельщиков, помощников

классных руководителей по поддержке дисциплины и порядка.

5 Награждение

5.1. Классные команды, занявшие 1 – 3 места, награждаются грамотами.

5.2. Учащиеся, занявшие 1 – 3 места, награждаются Почетными грамотами.